

速報

## 平成27年度 特定健診受診状況

※平成27年7月末現在

	対象者数	受診者数	受診率
八雲地域	3,347	331	9.9%
熊石地域	661	47	7.1%
計	4,008	378	9.4%
昨年同期【参考】	4,231	355	8.4%

7月末現在で9.4%と昨年の同時期と比較すると1.0%増となっていますが、ほぼ例年並みの受診率となっています。ご自身の健康チェックのためにも、ぜひ、特定健診をご活用ください。

### 【健診内容】

身体測定、血圧測定、血圧検査（コレステロール、血糖、肝機能、貧血など20項目）、尿検査（糖、蛋白、潜血）、医師診察

### 生活習慣病とは？

「運動不足」「不適切な食生活」「ストレス」などの不健康な生活習慣により内臓脂肪が蓄積され、高血圧、高血糖、脂質異常のいずれか2つ以上を抱えている「メタボリック症候群（内臓脂肪症候群）」の状態から、肥満症、高血圧

症、糖尿病、脂質異常症を発症することを言います。

生活習慣病は、自覚症状のないまま少しずつ進行し、心筋梗塞などの心臓病（虚血性心疾患）、脳卒中、糖尿病合併症などの重大な病を引き起こし、長期的な治療、高額な医療費等、大きな負担がかかります。

## 特定健診を受けて 生活習慣病を予防しましょう



### メタボは予防・

改善できます

メタボは不健康な生活習慣が原因とされていることから、「適度な運動をする」「食生活を見直す」「規則正しい生活をする」など、これまでの生活習慣を見直すことで体質が改善され、メタボも予防・改善されていくこととなります。

### 今後の特定健診の日程

- ◆ 8月21日（金）～23日（日）  
町民ドック
- ◆ 10月6日（火）  
（シルバープラザ）
- ◆ 熊石地域住民健診
- ◆ 10月20日（火）、21日（水）、23日（金）
- ◆ 八雲地域住民健診
- ◆ 平成28年2月頃
- ◆ 農協ミニドック（JA新函館）

※今後の特定健診の詳細は、別途、広報やチラシにてお知らせします。

まずは、特定健診を受けて、ご自身の健康状態を確認しましょう。

### 【問い合わせ先】

住民生活課国民健康保険係

## はっぴい♪街なか 保健室を開設

高齢者の方や障がいを持った方、健康や介護について不安や心配がある方々の相談の場です。

【日程】8月12日（水）

午前9時30分～11時30分

【場所】はぴあ八雲

エントランスホール



### ◎ミニ講座「乳がんの自己検診法」

【時間】午前10時～10時30分

【内容】

年齢を問わず発症する乳がん。普段からの自己チェックが、早期発見・早期治療につながります。

【問い合わせ先】保健福祉課包括支援係  
（シルバープラザ内）

☎0137-65-5001

## ヒブ・小児用肺炎球菌 ワクチン予防接種の 日程変更のお知らせ

八雲  
地域

平成27年度保健カレンダーに記載されている10月実施のヒブ・小児用肺炎球菌ワクチン予防接種について、下記のとおり日程変更となりますので、お間違えなくお越しください。よろしくお願いいたします。

	変更前		変更後
日程	10月8日（木）	▶	日程 10月7日（水）

※会場と受付時間は変更ありません。

【問い合わせ先】保健福祉課健康推進係

（シルバープラザ内）

☎0137-64-2111